

**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №52**

УТВЕРЖДЕНА

Приказом МОУ СОШ № 52 г. Твери

от 01.09.2021г. № 438

Директор МОУ СОШ № 52

А.В. Дроздовский



**Рабочая программа  
дополнительного образования  
«Хореографический коллектив  
«Яркие огни»  
15-17 лет**

Преподаватель:

Астафурова К.И.

Срок действия: 2021-2022 учебный год

## **Рабочая программа дополнительного образования**

### **Хореографического коллектива «Яркие огни»**

#### **1. Пояснительная записка.**

В настоящее время проблема эстетического воспитания подрастающего поколения приобретает особую остроту и актуальность. Недостаточная оценка современным образованием эстетического обучения и воспитания иногда приводит к скудности развития и ограниченности мировосприятия. Улучшению эстетического воспитания ребенка способствует расширение работы в области эстрадного танца, в частности организация танцевальных кружков, студий и факультативов. Этой задаче соответствует создание студии творческого развития «Бисер».

Основной целью создания коллектива является приобщение детей и молодежи к основам мировой культуры, развитию их музыкальных вкусов, формированию у них танцевальных навыков.

Потребность в творчестве является одной из основных потребностей человека. Именно творчество для многих людей становится отдушиной, смыслом и зачастую фундаментом для развития личности, а также степенью полноценного существования в окружающей действительности.

Танец, как выражение мыслей и эмоций, известен с доисторических времен. Он сам по себе воплощение таинственного ритуала, и далеко не всем дано раствориться в танце целиком. Эстрадный танец является наиболее популярным и доступным видом искусства. В современных танцах каждый получает возможность самореализоваться в любом из предложенных направлений, исходя из индивидуального характера, темперамента, творческой предрасположенности. Даже если участник коллектива отдает предпочтение одному из направлений современного танца, все равно он получает знания в полном объеме, так как обучающей целью программы является общая межпредметная связь (программа выстроена так, что одно направление не может существовать без другого).

Правильно организованная и тщательно продуманная работа педагога способствует подъему общей танцевальной культуры учащихся.

Говорят, что движение - это жизнь. А танец - это не просто движение, а хорошее настроение, красивые движения под музыку. Значит, танец - это красивая жизнь.

**Направленность образовательной программы:**

- художественно-эстетическая.

**Новизна, актуальность программы:**

- программа предполагает обучение эстраднему танцу, как творческой дисциплине. Обучение в студии предполагает использование комплексного подхода для создания танцевальных групп.

**Возраст детей, участвующих в реализации данной программы:**

4 - 14 лет, занятия групповые, вид группы - постоянный.

I группа (подготовительная) объединяет дошкольников 4-6 лет

Количество занятий в неделю – 2-3

II группа (подготовительная) объединяет школьников 7-9 лет (1 – 3 классы)

Количество занятий в неделю - 3

III группа (подготовительная) объединяет школьников 10-12 лет (4-6 классы)

Количество занятий в неделю - 3

IV группа (концертная) объединяет школьников 13-14 лет (7-8 классы)

Количество занятий в неделю – 3

V группа (концертная) объединяет школьников 15-17 лет (9-11 классы)

Количество занятий в неделю – 3

Срок реализации образовательной программы: - 10 лет

Режим занятий: - 2-5 часов в неделю.

**Ожидаемые результаты и способы их проверки:**

- сформировать сплочённый, творческий танцевальный коллектив, выступающий на мероприятиях разного уровня, в концертах, конкурсах и

фестивалях, при этом выступления фиксируются фото или видео материалами. Снятие комплекса зажатости с детей и пропаганда здорового образа жизни, приобщение к танцевальному творчеству, эстетическое восприятие окружающего мира.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы: - открытые уроки, отчетные концерты, участие в городских, областных, всероссийских и международных конкурсах и фестивалях.

## **2.Цели и задачи обучения.**

Цель данной программы - воспитание гармонически развитой личности в процессе повышение танцевального мастерства, формирование коллектива, межличностных отношений, а также прививание каждому участнику морально - эстетических норм.

1. Обучение основам творческих направлений путем овладения знаний, умений и навыков в области танцевальной деятельности:

- привить любовь к танцу;
- сформировать пластику, культуру движений и их выразительность;
- привить навыки хорошего тона и правил поведения;
- развить навыки физической культуры, как неотъемлемой части гармонического развития личности в целом;
- способствовать развитию координации и пластики;
- научить детей свободно двигаться под музыку с различным ритмическим рисунком;
- дать глубокие теоретические знания в области эстрадного танца;
- воспитать необходимые черты характера для взаимоотношений в социально среде: дисциплинированность, пунктуальность, доброжелательность, отзывчивость, обязательность, трудолюбие, усердие и т.д.;
- привить чувство коллективизма и взаимовыручки;
- воспитание чувства прекрасного, художественного вкуса;

- умение абстрагироваться от окружающего мира и восприятие действительности в полной мере;

- формирование самовыражения, как в творчестве, так и в межличностных отношениях;

#### **Задачи группы 4-6 лет (1-2 год обучения):**

- привить любовь к искусству танца;
- обучить детей основам эстрадного танца;
- обучить основным танцевальным позициям рук и ног;
- обучить основным танцевальным ритмам;

#### **Задачи группы 7-9 лет (3-4 год обучения):**

- познакомить детей с актёрским мастерством;
- раскрыть индивидуальные способности обучающихся, достигнуть высокого уровня исполнительского мастерства каждого танцора;
- научить детей самовыражаться с помощью танца;
- скорректировать тело с помощью танцевально-физкультурных упражнений;

#### **Задачи группы 10-12 лет (5-7 год обучения):**

- научить танцоров свободно двигаться под музыку с различным ритмическим рисунком;
- дать учащимся глубокие теоретические знания в области эстрадного танца;
- привить чувство коллективизма и взаимовыручки;
- способствовать развитию координации движения;
- способствовать развитию творческой активности и артистизма на основе полученных технических знаний;
- повышение индивидуального уровня исполнительского мастерства;
- познакомить детей с прекрасным миром танца и как тесно в нем переплетаются другие виды искусства (актёрское мастерство, спорт);
- научить танцоров синтезировать различные танцевальные направления и воспроизводить, как мини этюды;

### **Задачи группы 13-14 лет (8-9 год обучения):**

- способствовать развитию творческой активности и артистизма на основе полученных технических знаний;
- повышение индивидуального уровня исполнительского мастерства;
- познакомить детей с прекрасным миром танца и как тесно в нем переплетаются другие виды искусства (актёрское мастерство, спорт);
- научить танцоров синтезировать различные танцевальные направления и воспроизводить, как мини этюды;

### **Задачи группы 15-17 лет (10 год обучения):**

- раскрыть индивидуальные способности каждого, достигнуть высокого уровня исполнительского мастерства танцоров;
- скорректировать тело с помощью танцевально-физкультурных упражнений;
- повышение индивидуального уровня исполнительского мастерства;

### **3. Содержание учебно-воспитательного блока программы.**

Уникальность программы заключается в постоянном взаимодействии и взаимосвязи творческих направлений, развитие творческих, физических, интеллектуальных способностей в процессе обучения и воспитания. Обучаясь основам программы, участники могут в дальнейшем быть продолжателями своей деятельности на профессиональном уровне.

#### 1. Организационный период и комплектация групп.

В этот период проходит сбор участников, беседы с родителями и детьми, которые хотят начать заниматься танцами. В это время проводятся родительские собрания, уточняется расписание групповых занятий. Также проводится инструктаж по технике безопасности.

#### 2. Комплекс общеразвивающих, физических и танцевальных упражнений.

В комплекс входит разминка, с которой начинается каждое групповое занятие. Цель разминки - первоначальный разогрев мышц, приведение их в тонус и последующее их укрепление. Элементы простейших движений

включают в себя физические и ритмические упражнения, которые строятся по принципу «от простого к сложному». Специальные упражнения на баланс и вращение.

### 3. Основы музыкальных ритмов.

Данный блок используется с целью развития музыкального слуха, чувства ритма и достижения наилучшего ритмического рисунка во время танца (выделение основных и промежуточных акцентов).

### 4. Общая танцевальная подготовка.

Она входит в разминочную часть занятия и состоит из диско - композиций, набор и наиболее характерных движений социально - бытовых, джазовых и латиноамериканских танцев, служит для «растанцовки» участников или подготовки к изучению нового материала.

### 5. Основная танцевальная программа.

Танцы с добавлением актерского мастерства

Танцы разного характера: от спокойных до темпераментных

Танцы, где ведущая роль принадлежит рукам и корпусу

Танцы, где техника ног доводится до виртуозности

Танцы, способствующие развитию танцевальности, музыкальности, чувствам позы

Танцы, знакомящие учащихся с разными музыкальными стилями

### 6. Постановочная и репетиционная работа.

Данный пункт программы пронизывает весь учебно-воспитательный процесс и является целью эмоционально - эстетического воспитания, развития творческих и актерских способностей. На репетициях развивается творческая инициатива детей, воображение, умение передать музыку и содержание образа движением.

### 7. Участие в конкурсах и фестивалях.

В этом разделе подразумевается обязательная программа поездок на конкурсы и фестивали с целью практической отработки изученного

материала, подтверждение и дальнейшее повышение уровня исполнительского мастерства.

#### 8. Самостоятельные занятия.

Служат для практического закрепления изученного на занятиях материала, приобщения танцоров к самостоятельному творческому поиску, выработки навыков взаимопонимания в коллективе или группе.

#### 9. Концертная деятельность.

Принимая участие в различных концертах и фестивалях, участники коллектива пропагандируют своими выступлениями свой вид танцевального искусства. Концертная деятельность помогает снятию комплексов боязни выступления перед зрителями.

#### **4. Методическая работа педагога.**

Основным фактором обучающего процесса является личность учителя, его профессиональные навыки, педагогический опыт, квалифицированность в вопросах этики и творчества. Творческий подход педагога к учебному процессу, его самостоятельность и активность, оригинальность методики, приёмов воспитания и обучения служат залогом единства деятельности учителя и ученика, залогом успеха сотворчества в танцевальном процессе, развития у танцоров творческой активности и неповторимости.

Танец как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всем его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении. Музыка - это опора танца.

Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Эстрадный танец воспитывает коммуникабельность,



трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, данная деятельность развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

Систематические тренировки в процессе обучения танцу развивают мускулатуру, устраняют некоторые физические недостатки (сутулость, плоскостопие), раскрепощают фигуру, развивают правильную осанку.

Человек, занимающийся эстрадным танцем, всегда подтянут, аккуратен, энергичен, всегда владеет собой, наделен «чувством прекрасного».

Философия внутренней гармонии, удовлетворение потребности детей в общении, зрелище, празднике, привлекают в кружки и студии эстрадного танца большое количество детей и молодежи.

Эстрадные танцы являются одной из наиболее массовых и общедоступных форм приобщения детей к основам классической, бытовой, современной и спортивной хореографии. Современный эстрадный танец требует повышенной эстетической чуткости, физической и психологической выносливости, особого артистизма в исполнении.

Обучение в коллективе эстрадного танца предполагает использование комплексного подхода к подготовке танцоров, что требует изучения основных и смежных дисциплин. Занятия по смежным дисциплинам могут проходить отдельно друг от друга, либо совместно в ходе одного занятия, взаимно дополняя друг друга.

#### **К смежным дисциплинам относятся:**

1. Основы ритмики (использование хлопков, притопываний, простейших шагов, прыжков и т. п. для развития чувства ритма).

2. Основы музыкальных ритмов (знакомство с существующими музыкальными ритмами и музыкальными направлениями).

3. Основы классической хореографии (физическая нагрузка путем напряжения отдельных мышечных групп, а также расслабление их в классическом стиле; слияние классической музыки и классического танца задействуют почти все процессы физической и психической деятельности человека).

4. Современные эстрадные направления (синтез джазового, народного, этнического, бального, спортивного и др. танцев, основанных на знании хореографии, владении техникой, пластикой, чувством ритма; обучение синтезу стилистических смещений танца и «подключение» внутренней реакции восприятия и ощущения на внешний заданный раздражитель).

5. Пластика (использование такого спортивного направления, как стрейчинг).

6. Актерское мастерство (способность абстрагироваться и принять предлагаемые обстоятельства за реальные путем перевоплощения в предлагаемый образ, вынося внутренние собирательные ощущения и веру в действительность данных действий на сцену; раскрепощение эмоционально-физического «зажима», для уверенного самоощущения, как на сцене, так и в жизни).

7. Общая физическая подготовка (создание, поддержание, коррекция физической формы, направленная определенная нагрузка на определенные группы мышц, задействованные в танцевальной деятельности; особое внимание уделить таким нагрузкам, как «растяжки», акробатика, силовые упражнения, а также кроссы; формирование в коллективе командного духа, дисциплины и стремления в достижении результатов; при наличии тренажерного зала открываются новые возможности дифференцированного подхода к учащимся, что позитивно отразится на результатах).

8. Этика (проводятся беседы, дающие общие сведения о правилах танцевального этикета, взаимоотношений танцоров между собой и правила поведения в коллективе).

9. Психология (проводятся беседы, помогающие ребенку проанализировать свои наклонности и возможности в самом широком диапазоне — от того, как его воспринимают другие, до того, какие внутренние пружины им движут).

Таким образом, данная программа неразрывно связана с другими общеобразовательными программами в системе дополнительного образования.

**Программа предполагает использование в работе различных форм занятий:**

- групповые;
- индивидуальные;
- самостоятельные;
- выездные;

**На групповых занятиях** дается основной изучаемый материал, отрабатываются общие для всех танцоров фигуры, проходят репетиции концертно - показательных номеров.

**Индивидуальные занятия** проводятся с целью отработки индивидуальных элементов в номере или танце, соответствующих уровню их исполнительского мастерства, а также с учетом антропометрических, физических и психологических особенностей танцоров.

**Самостоятельные занятия** проводятся в целях закрепления изученного материала, повторения танцорами программ выступления перед концертами, а также для отработки навыков слаженного танцевального коллектива.

**Выездные занятия** проводятся во время выездов на концерты с целью проверить готовность и уровень танцевального исполнительского мастерства, разбора характерных ошибок танцоров, изучения танцорами своих

конкурентов, изучения стилей танцевания и основных тенденций развития спортивной хореографии на примере коллективов более высокого уровня.

Программа предусматривает распределение учебного материала на 10 лет обучения. В соответствии с годами обучения все занимающиеся в коллективе, в зависимости от возраста, на пять возрастных учебных групп.

Программа занятий является циклической, включающей в себя все вышеперечисленные формы занятий. Поскольку при освоении танцорами очередной программы, изученный ранее материал (техника исполнения фигур определенного танца, состав фигур и т. п.) рассматривается на другом, более высоком качественном уровне с учётом современных направлений и тенденций развития современной хореографии.

Продолжительность одного занятия для танцоров варьируется от 1 до 2 часов в зависимости от возрастных особенностей танцоров, а также целей, форм и методов проводимых занятий. В течении каждого года обучения увеличивается количество изучаемых танцев и объем движений.

### **Ожидаемые результаты и способы их проверки.**

В соответствии с поставленными целями и задачами образовательной программы, после освоения содержания программы ожидаются следующие результаты.

#### **Первый этап обучения:**

- освоение правил поведения в танцевальном зале, на сцене и на других танцевальных площадках
- требования к внешнему виду на занятиях
- музыкальные размеры, темп и характер музыки
- названия изученных элементов
- воспроизведение заданного ритмического рисунка хлопками

#### **Второй этап обучения:**

- владение корпусом во время исполнения движений
- ориентирование в пространстве
- координация своих движений

- исполнение мини - этюдов в группе и индивидуально
- корректировка фигуры
- пластичность и растянутость
- опыт общения в коллективе

### **Третий этап обучения:**

- грамотное исполнение элементов эстрадного танца
- самостоятельное отработывание техники движений в постановках
- работа над выразительностью исполнения танцевального репертуара.
- контролирование собственного исполнения, согласовывая его с коллективом
- анализ музыкального материала
- согласование движения корпуса, рук, ног при переходе от одного движения к другому
- знание и выполнение правил сценической этики
- владение корпусом во время поворотов
- эмоциональное и технически верное выступление перед зрителями
- знания о возникновении танца
- синтез различных направлений танцевального искусства
- использование полученных знаний

Контроль знаний и умений учащихся проводится на итоговых занятиях раз в полугодие и на отчетном концерте в конце учебного года.

### **5. Условия реализации программы.**

- Помещение для занятий должно отвечать санитарно-гигиеническим требованиям, обеспечиваться теплом и электроснабжением в пределах общего режима здания.
- Зал должен иметь паркетное покрытие пола и оснащен зеркалами.
- Зал должен хорошо проветриваться.
- Зал должен отвечать акустическим требованиям для работы со звуковоспроизводящей аппаратурой.

- Звуковоспроизводящая аппаратура должна соответствовать современным нормам работы со звуконосителями разного формата.
- Гимнастические коврики.
- Костюмерная.
- Раздевалка для танцоров.
- Кабинет для педагогов.
- Туалеты.

## КАЛЕНДАРНО–ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Группа (15-17 лет)

количество часов в году: 170

№ п/п	Наименование разделов Содержание	Кол-во часов
<b>1</b>	<b>Ритмические упражнения:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- наклоны головы и круговые движения (вправо, влево, вперёд, назад);</li><li>- поднимание и опускание плеч:</li><li>- наклоны корпуса и круговые движения (вперёд, назад, вправо, влево);</li><li>- вращение кистями, логтями и плечевым уставом (вперёд и назад, по очереди);</li><li>- наклоны корпуса (к правой ноге, к левой ноге, вперёд);</li><li>- releve (медленно, быстро);</li><li>- открытие ноги в сторону по принципу battement tendu;</li><li>- прыжки по VI позиции ног;</li><li>- шаги на месте;</li><li>- повороты на месте (вправо, влево).</li></ul>	48
<b>2</b>	<b>Движения по диагонали (ориентирование в пространстве):</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- шаги с вытянутым носком;</li><li>- шаги на полупальцах;</li><li>- шаги на пяточках;</li><li>- махи вперёд на 90 градусов с продвижением;</li><li>- подскоки;</li><li>- бег с захлестом голени назад;</li><li>- прыжки на двух ногах по VI позиции ног с продвижением вперёд;</li><li>- галоп в сторону;</li></ul>	48

	- акробатический элемент «колесо».	
<b>3</b>	<b>Партерная гимнастика:</b> - упражнение на укрепление голеностопного сустава; - поднимание вытянутых ног на 45 градусов сидя на полу; - «складочка»; - «бабочка»; - «лягушка»; - большие броски лёжа на спине (правая нога, левая нога, обе ноги одновременно); - «лодочка»; - «корзиночка»; - «мостик»; - «берёзка»; - шпагаты.	48
<b>4</b>	<b>Постановка танцевального номера:</b> - разучивание движений; - репетиции под музыку; - выступление на концерте.	26
<b>ИТОГО:</b>		<b>204 ч.</b>



## МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА УРОКА.

Тема урока: открытие ноги в сторону по принципу battement tendu на середине зала.

Цель урока: освоить методику исполнения открытия ноги в сторону по принципу battement tendu.

Задачи урока:

- 1.Закрепить пройденный материал
- 2.Разучить новый танцевальный элемент
- 4.Воспитать умение работать в творческом коллективе

Этапы урока, время	Содержание этапа	Методы и приёмы
1.Организационный (5 минут)	<p>Цель: создание благоприятной, рабочей атмосферы на уроке.</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- проверить по списку присутствующих на уроке;</li><li>- проверить внешний вид;</li><li>- настроить на активную деятельность;</li><li>- сообщить тему и цель урока.</li></ul> <p>Преподаватель приветствует обучающихся, сообщает тему урока. Дети выстраиваются на середине зала, исполняют поклон.</p>	<p>Словесный метод.</p> <p>Наглядный метод.</p>
2.Опрос обучающихся по пройденному материалу (15 минут)	<p>Цель: повторение пройденного материала.</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- подготовить учащихся к дальнейшей работе на занятии;</li><li>- закрепить исполнение отдельных, ранее проученных танцевальных движений</li></ul>	<p>Словесный метод.</p> <p>Наглядный метод.</p> <p>Репродуктивный метод.</p> <p>Метод наблюдения.</p> <p>Метод самоконтроля.</p>

	<p>Преподаватель проверяет уровень усвоения танцевального материала, корректирует ошибки при исполнении, уточняет правила исполнения.</p> <p>Самостоятельное выполнение учащимися практических заданий под контролем преподавателя.</p> <p>Обучающиеся выполняют практические задания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наклоны головы и круговые движения (вправо, влево, вперёд, назад);</li> <li>- поднятие и опускание плеч;</li> <li>- наклоны корпуса и круговые движения (вперёд, назад, вправо, влево);</li> </ul>	
<p>3.Изучение нового материала (10 минут)</p>	<p>Цель: разучить методику исполнения открытия ноги в сторону по принципу battement tendu.</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- изучение методики исполнения battement tendu;</li> <li>- работа над качеством исполнения движения;</li> </ul> <p>Преподаватель проговаривает названия нового движения, ярко и выразительно показывает новый танцевальный элемент, дает рекомендации по его исполнению.</p> <p>Обучающиеся под счёт в медленном и более быстром темпе исполняют battement tendu в «чистом» виде.</p>	<p>Словесный метод.</p> <p>Наглядный метод.</p> <p>Репродуктивный метод.</p> <p>Метод контроля и самоконтроля.</p>
<p>4.Закрепление нового учебного материала (10 минут)</p>	<p>Цель: создать условие для закрепления пройденного учебного материала через практическую деятельность.</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- повторить с детьми изученный материал;</li> </ul>	<p>Словесный метод.</p> <p>Наглядный метод.</p> <p>Репродуктивный метод.</p>

	<p>- проанализировать совместно с детьми качество исполнения движения.</p> <p>Преподаватель акцентирует внимание на технику исполнения движения «крестом».</p> <p>Обучающиеся под музыку несколько раз исполняют движение с обеих ног.</p>	<p>Метод контроля и самоконтроля.</p>
<p>5.Задание на дом</p> <p>5 минут</p>	<p>Цель: подведение итогов занятия.</p> <p>Преподаватель подводит итог занятий, дает оценку проделанной работе.</p> <p>Обучающиеся строятся на середине зала на свои места, исполняют поклон.</p>	<p>Словесный метод.</p>